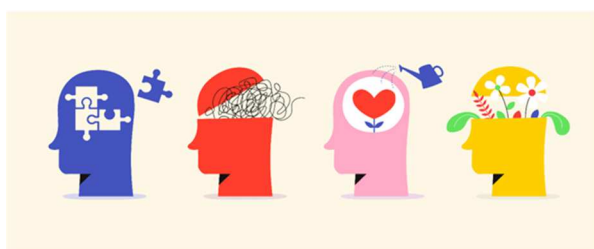




AGENDA PRÉVENTION CAMIEG HAUTS-DE-FRANCE NOVEMBRE / DECEMBRE 2025

AGENDA PRÉVENTION						
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

SANTÉ DES ACTIFS



Ma santé mentale : j'en prends soin !

Atelier en 3 séances pour mieux comprendre ce qui influence notre bien-être mental et devenir acteur de sa propre santé.

- Du 04/11 au 02/12, à Coudekerque
- Du 06/11 au 04/12, à Hazebrouck
- Pour les salariés Enedis du Pôle Ingénierie Flandres

Il n'est jamais trop tôt pour préserver son dos

Atelier en 2 séances abordant les gestes et postures dans différentes situations de la vie quotidienne et de la journée de travail.

- Du 18 au 25/11, à Villeneuve d'Ascq
- Pour les salariés Enedis du Pôle RSE & Préparation de l'Avenir
- Du 27/11 au 04/12, à Coudekerque
- Pour les salariés Enedis de la Base Opérationnelle

Boostez votre santé !

Atelier en 3 séances pour s'informer et adopter une bonne hygiène de vie en prévention des maladies cardio-vasculaires et des cancers.

- Du 18/11 au 09/12, à Villeneuve d'Ascq
- Pour les salariés Enedis du Pôle CPA Grand-Lille (en partenariat avec le Service Prévention Santé Travail)

SANTÉ DES ACTIFS

Info Détox !

Un moment d'échanges pour mieux connaître les conduites addictives et leur impact sur la santé

- Le 24/11, à Lomme et Marcq-en-Barœul
- Pour les salariés RTE



BIEN VIEILLIR

Le sommeil de A à Zzzz, on en apprend tous les jours

Atelier en 3 séances pour comprendre l'impact du sommeil sur la santé et trouver les moyens d'améliorer sa qualité.

- Du 04 au 25 novembre, à Arras
- Du 05 au 26 novembre, à Comines
- À partir de 55 ans

Seniors, soyez acteurs de votre santé !



Ateliers mémoire, sommeil, nutrition, prévention des chutes... en visioconférence ou en présentiel.

- Dans toute la région, en partenariat avec le groupement « Défi Autonomie Seniors »
- À partir de 55 ans

